

AYUDAME A APRENDER CON CONFIANZA

Muchos niños con limitaciones visuales permanecen pasivos en el lugar donde se les deja, sin interés en explorar o moverse libremente alrededor. Exploración y movimiento en esta etapa es la forma como los niños aprenden y desarrollan. Ayudándoles a sentirse seguros, acercándoles el mundo y alentándoles a tomar diferentes posiciones les ayudará a incrementar su interés y actividad.

Creando límites

Cuando los niños tienen limitaciones visuales, es difícil para ellos saber cuánto se pueden mover sin caer o lastimarse o sin intimidarse por tocar algo inesperado. Crear límites que ellos puedan sentir o ver es el primer paso para ayudarles a definir “su espacio seguro”. Para algunos niños puede ser suficiente el borde



de su manta pero otros pueden necesitar algo físico, un límite tocable. Por seguridad, Usted puede encontrar algo donde ellos puedan recostar al menos parte de su cuerpo. Si se trata de niños muy pasivos y temerosos, es importante que en todo momento defina los límites, aún cuando el niño esté en su regazo. Use su propio cuerpo para esto hasta el punto que Usted encuentre que el niño empieza a ignorar los límites y tiene el deseo de explorar más allá.



Acercándole el mundo

Tener algo para sentir y explorar ayuda al niño a entender la diferencia entre su propio cuerpo y el resto del mundo. Siempre tenga cerca del niño algo interesante para oír, oler, sentir o ver, en un lugar donde ellos puedan alcanzarlo si ellos desean

hacerlo. Puede resultar confuso para el niño si las cosas que alcanza o toca cambian de posición o ruedan, entonces recuerde atarlas o coserlas en forma segura a algo cercano. No olvide que su propia ropa, cara y manos resultan atractivos para la exploración de los niños.



Aliéntelos a tomar diferentes posiciones

Cuando jugamos en diferentes posiciones entendemos mejor nuestro cuerpo en la medida que buscamos diferentes formas para mantener el equilibrio o alcanzar cosas. Para los niños muy pequeños, el primer descubrimiento es su propio cuerpo. Ayudarles a los niños a experimentar diferentes posiciones es algo sencillo de hacer durante el día.



AYUDAME A APRENDER SOBRE NUEVAS COSAS Y EXPERIENCIAS

Apóyate en mis pasadas experiencias con objetos para ayudarme a entender los nuevos. Recuerda que un nuevo objeto o evento puede resultarme intimidante para al principio. Intenta encontrar qué puede molestarme y ayúdame a entender qué es eso. La siguiente es una historia de cómo mi familia me enseñó a aprender.



Cuando mi padre llegó a casa ayer, había un extraño, fuerte y turbulento sonido afuera. Yo estaba asustado y parado muy quieto a la distancia. Mi hermano y hermana estaban muy emocionados y me dijeron que mi padre había traído una motocicleta. Eso me causaba miedo y yo no quería estar cerca de esa cosa.

Luego mi hermano dijo que el sonido era solo el motor, tal como el que tenemos para enviar el agua arriba del tanque. El se sentó cerca a mí porque yo estaba aún asustado y me permitió tocar la motocicleta. El me enseñó las llantas y el lugar donde se mantenían los pies. Luego cuando me di cuenta que era tan solo como una bicicleta grande y gorda, ya no volví a sentir miedo de ella.



Ellos me ayudaron a sentarme y le pidieron a mi padre encenderla mientras yo estaba allí. Entonces pude escuchar y sentir el sonido que hacía. Aunque esto fue un poco miedoso, también fue muy emocionante ! Pude sentir toda la motocicleta vibrando bajo mi cuerpo mientras el motor rugía. En la noche, los tres nos dedicamos a contar las motocicletas que pasaban frente a nuestra casa. Mi padre nos prometió darnos más tarde una vuelta en la motocicleta. Yo espero ser el primero en ir !

Recuerda:

- Ayúdame a entender lo que escucho o siento
- Explícame nuevas cosas y dime que tan diferentes son de las cosas que ya conozco
- Me puede tomar un tiempo mientras me decido a probar algo nuevo. Se paciente! Aprendo mejor si lo intento por mi propia curiosidad que por tu insistencia.

AYUDAME A DESCUBRIR EL MUNDO

Interésame en el mundo

El mundo está lleno de cosas para hacer, pero cómo podría yo saberlo a menos que tú me ayudes a descubrirlo ? al menos que tú me lo muestres ?. No sabría que está a mí alrededor. Háblame acerca de los sonidos que yo escucho y de las cosas que ves. Tú puedes gentilmente guiar mi mano sobre las cosas o dejarme sostener tu mano mientras tú las tocas cuando tengo miedo de hacerlo por mí mismo. No me presiones.



Muéstrame cómo descubrir

Muéstrame de dónde vienen las cosas, cómo puedo tenerlas en forma segura y qué puedo hacer con ellas. Mantener las cosas en el mismo lugar me ayudará a tenerlas cuando yo las necesite.

Dado que no puedo ver, no entendería cómo ocurren las cosas a menos que tú me enseñes todo el proceso. No es solo poner un juguete en mis manos. Muéstrame dónde lo dejas y cómo puedo tenerlo. Entonces yo aprenderé a hacerlo por mí mismo.

Ayúdame a ser independiente

Muéstrame cómo hacer cosas y alientame a hacerlas por mí mismo. Recuerda, haciendo cosas de la misma manera todo el tiempo y usando simples y claras indicaciones me ayudará a aprender más rápido. No te apresures a ayudarme, yo podría estar tomando un tiempo para pensar antes de empezar. Dame menos ayuda a medida que voy mejorando. Un día cercano lo haré por mi mismo!



AYUDA A TU NIÑO A VER MÁS FÁCIL

Simple cambios en los objetos que el niño usa en su entorno puede aumentar el eficiente uso de la visión. Aliente a los niños a usar su visión durante el día en todo lo que ellos hacen. Apoyar el uso de la visión en las actividades diarias resulta más eficiente para ayudar a un niño a desarrollar habilidades visuales que las sesiones de “entrenamiento en visión”. Aquí le presentamos algunas sugerencias para ayudar a esta niña a encordar las cuentas.

Modificar los Objetos

Encontrando el tamaño correcto

Considere primero las necesidades de la niña para hacer la tarea. Podría no ser necesario cambiar el tamaño de todos los objetos que la niña usa. En esta tarea nosotros podríamos hacer las cuentas más largas o solo el orificio más grande, podríamos hacer el hilo más grueso o solo la punta

RECUERDE! Algunos niños ven mejor si usan pequeños objetos. Usar objetos grandes no ayuda a todos los niños

Usar contraste y color

Obsérvela y vea dónde tiene ella problemas en lo que está haciendo.

- Es en la cuenta? Intente seleccionar colores brillantes o colocar un paño de contraste en el fondo para que ella pueda encontrarlo fácilmente
- Es en el orificio? Solo pinte el orificio y su contorno con un color que contraste con la cuenta.
- Es en la parte visible de la cuerda? Coloque un color brillante en la punta de la cuerda para que ella pueda ubicarla fácilmente.



Modificar el ambiente

Luz

Algunos niños pueden ver mejor si cambiamos la luz del cuarto o del lugar de trabajo o recreación.

Ensaye usando diferentes clases de luz - luz día, neón, luz amarilla (incandescente).

Observe si esto ayuda y si está enfocada en el lugar de trabajo o si simplemente el cuarto es más brillante.

Es el niño bizzo? Entonces puede haber mucha luz reflejada en sus ojos. Puede ayudar utilizar colores oscuros en el piso o en la mesa.

Posición de la niña y los objetos

Si la niña está encorvada haciendo su tarea, necesitará girar su cabeza para ver mejor o estirarse para mantener el equilibrio y le será muy difícil usar su visión eficientemente y por largo tiempo. Cambie la altura y el ángulo de la tabla o silla para que ella pueda trabajar sin estirarse y así Usted verá un mejoramiento en el uso de su visión.

Desorden

Podemos ayudar a la niña a localizar las cosas más fácilmente tan solo manteniendo al mínimo el número de objetos alrededor del área de juego o trabajo o esparciendo los objetos en una manta de color plano como fondo,.

Cambiar actividad

RECUERDE! Es importante dejar que la niña juegue o trabaje sin su ayuda.

Nunca es muy tarde para darle a la niña el sentido de competencia

Si la tarea es muy difícil, cámbiela un poco, ella podrá triunfar por ella misma. Por ejemplo, a cambio de un hilo, permítale usar un cable rígido o una varita fija en un bloque de madera para hacerlo más fácil.



LIMITACIÓN VISUAL DURANTE LOS PRIMEROS AÑOS

Sabía Usted que la mayor parte de la visión se desarrolla durante el primer año de vida? En este periodo ocurren los mayores cambios dentro del ojo y el cerebro en respuesta a las experiencias visuales. Entonces, aún si su niño tiene limitaciones visuales hay simples cosas que Usted puede hacer para ayudar.

Su bebe puede tener una limitación visual

Si después de 3 meses el bebe:

- Luce muy pasivo (no mira las caras o los juguetes)
- Se molesta con la normal iluminación del cuarto
- Mantiene los ojos totalmente abiertos en una habitación oscura
- Se presiona los ojos de manera recurrente

O si en cualquier momento

- Los ojos no lucen normales
- Los párpados no abren normalmente o no cierran totalmente
- Los ojos lucen agitados
- El bebe tiene fuerte estrabismo o desarrolla fuerte estrabismo
- El bebe tiene otra limitación como parálisis cerebral o sordera



Si su niño tiene una limitación visual

Visite al oftalmólogo para que su niño pueda recibir el tratamiento médico necesario. Muchos niños se beneficiarán grandemente con el uso de lentes. Algunos requerirán cirugía o medicamentos. La comida nutritiva puede ayudar en algunos problemas de visión.

Cuando la visión es limitada, esto puede afectar la forma como el niño aprende y se desarrolla. Encuentre un profesor que conozca cómo ayudar en el desarrollo de los primeros años, aún si el niño está recibiendo tratamiento médico por su condición visual.

Entretanto, algunas cosas que Usted puede hacer

Pregunte al doctor qué puede ver su niño. Seleccione un objeto que su niño pueda ver y ubíquelo en un lugar donde el niño pueda tomarlo. Aliente el niño a alcanzar el objeto y jugar con él. A los bebés les gusta la ropa y usted siempre podrá encontrar algo que su bebe pueda ver, por ejemplo, una seda plateada, una corbata de algodón con trazos de colores. Ate algunas campanas o cuentas en la ropa, ellas pueden cascabelear o sentirse bien al tacto.



Coloque el tetero dentro de una media brillante de bebe o cúbralo envolviéndolo en un papel brillante. Durante el tiempo de alimentación acerque el tetero y agítelo y espere para ver si su bebe mira a través de él. Luego acerque la mano de su bebe al tetero mientras usted lo lleva a su boca.

Aliente a su bebe a moverse a través de las cosas que ve. Coloque uno de los juguetes preferidos de su hijo en un lugar que pueda ver, pero un poco retirado para alcanzarlo. Enseñe a su hijo cómo moverse para alcanzarlo, use movimientos propios de un niño de su edad.



Ayude a su hijo a desarrollar la percepción de las cosas que están a distancia. Use cosas que su hijo pueda ver, como luces o colores brillantes en diferentes partes de la casa. Esto ayudará a incrementar la percepción de cosas en la distancia y ayudará a desarrollar la percepción de espacio.

Hable cuando entre a su cuarto y su niño sabrá que Usted está llegando. Ubíquese en la línea de visión de su niño y espere. Su niño le miró? Si Usted no recibe respuesta acérquese más y espere nuevamente. Puede tomar un tiempo para responder. Antes de tomar a su niño háblele y acarícielo para que su hijo no se sorprenda.





PREPARANDO LOS NIÑOS PARA LA VISITA AL HOSPITAL

Todo niño teme al visitar el doctor o el hospital. Puede Usted imaginar cuánto aún peor es para un niño que no puede ver?. Qué puede Usted hacer para que las visitas de su niño al hospital resulten menos traumáticas?

Ayuda tener el control

Recuerde, un niño es siempre un participante pasivo cuando se le lleva al doctor. Es acaso sorprendente que su niño esté asustado e irritable en una situación como esa?

Encuentre formas para que su hijo participe activamente en la visita. Aliente su hijo para interactuar con el doctor. Usted puede, por ejemplo, ayudar a su hijo a recoger una flor de su jardín para llevarle al doctor. Interactuar es una buena alternativa aún para un niño tímido o un bebe.



Ayuda conocer

Recuerde, aún un chequeo de rutina podría resultar traumático si los niños no saben qué esperar y además si tienen recuerdos de otras visitas que pudieron no ser los más placenteros.

Siempre hable a su hijo con anticipación acerca de la visita, explique qué hará el doctor, porque necesita hacerse y cuándo se hará cada cosa. Usted puede usar muñecas para hacer parte de la visita. Algo importante – NUNCA, NUNCA, MIENTA! Anuncie a su niño si algo le lastimará o le sabrá amargo. Recuerde decir a su hijo qué está pasando y qué ocurrirá. Toque ligeramente la parte del cuerpo que será examinada por el doctor. Esto ayudará a su hijo a saber qué esperar y cuándo estará terminado.



Ayuda sentirse cómodo

Intente siempre ponerse en los zapatos de su hijo. Imagine que tan extraño puede resultar una clínica para un niño que no puede ver – los ruidos, los olores, las luces, la gente, todo eso puede resultarle abrumador y aumentar la ansiedad del niño.

Lleve algo que sea familiar para su hijo. Por ejemplo la pequeña manta donde su hijo duerme o su juguete favorito. El niño puede sostener estas cosas cercanas y sentirse seguro. Siempre es una buena idea entregar a su hijo algo suyo para que él sostenga durante la visita. Tan pronto como sea posible permanezca en contacto físico - mantenga su mano en su pierna u hombro durante la visita.



Ayuda tener una buena forma de comunicarse

Ansiedad y tensión puede causar que el niño pierda habilidad para comunicarse con claridad. Especialmente después de una cirugía el niño puede sentirse muy desorientado para encontrar las palabras precisas para decir qué quiere o qué siente.

Asegúrese que su hijo tiene maneras de comunicarse con Usted. Tome fotografías u objetos que un niño pueda usar para decir sus necesidades básicas – como querer agua o querer ver a una persona en particular.



Recuerde:

Frecuentes visitas al hospital son muy probables durante los primeros años. De a su hijo al final de la visita algo que el desee, como una comida especial, un juego, o aún una buena canción.